



Herz Selbst Intelligenz

Praxis und Schule für
transpersonale Psychologie

Ausbildungsjahr 2024

Die Fähigkeit in die eigene Herzenergie zu gehen und sich zu zentrieren ist wichtiger denn je für die körperliche, geistige und seelische Gesundheit. Der Körper, die Gefühle und das Gehirn brauchen die liebevolle und intelligente Zuwendung vom Herzen her, damit verhärtete Strukturen sich lösen und Gehirn, Körper und Gefühle ihr Potential entfalten können. Unterstützendes Wissen über die Arbeitsweise des Gehirns wird vermittelt und Möglichkeiten erfahren Verletzungen und Verkalkungen des Gehirns zu lösen. Wissen über die Intelligenz auf Zellebene unterstützt, dass mein Vertrauen in meinen Körper sich vertiefen kann, und ich meinen Körper als Ausdruck von meinem Selbst wertschätzen lerne.

Es wird unterstützt und begleitet, das neu Gelernte und in der Gruppe Erfahrene ins persönliche Leben einfließen zu lassen, im Umgang mit sich selbst, in Familienbeziehungen, in der Partnerschaft, mit Freunden und bei der Arbeit. Ein wesentlicher Focus des Ausbildungsjahres ist die Vertiefung der psychosozialen Kompetenz. Es wird gelernt im Umgang mit anderen Menschen von Innen heraus die Herzensqualitäten zu initiieren und einzubringen, so dass eine inspirierende Kommunikation gelebt werden kann.

Inhalte des Ausbildungsjahres 2024

Themen Seminare

Reflexion, Information und erweiterte Selbsterfahrung zu folgenden gesellschaftlich und persönlich relevanten Themen:

- Ermächtigung und Manipulation
- Selbstständigkeit – Sucht und Co-Abhängigkeit
- Das Potential der HerzSelbstIntelligenz im Gehirn entfalten - Traumatheorie
- Umgang mit Angst und Wut
- Wertschätzende Kommunikation (auch in Konflikten)
- HerzSelbstIntelligenz in meinen Zellen
- Körper- und Energiearbeit mit den Drüsen

Techniken üben - Ganzheitliche Wachstumsprozesse bei sich selbst und anderen initiieren und begleiten

Es werden unterstützende Techniken vermittelt und aus verschiedenen Perspektiven („KlientIn“ „BeraterIn“ „BeobachterIn“) erfahren und geübt. Um den eigenen Wachstumsprozess unterstützen zu können, braucht es alle drei Perspektiven: Ich beobachte mich von der Mitte aus (BeobachterIn), ich gebe Impulse... Annahme... (BeraterIn), ich bin im Prozess (KlientIn). Das

Üben der verschiedenen Perspektiven dient so meinem eigenen Wachstum, meiner Möglichkeit mich selbst zu unterstützen, und bildet meine Fähigkeit aus andere zu unterstützen und zu begleiten. Die kommunikative und soziale Kompetenz entfaltet sich.

- Herzmeditation/Innenwendung initiieren und anleiten
- Zuwendung und liebevolle Annahme initiieren
- Von der Mitte aus Beobachten lernen
- Wertschätzendes und präsenten Zuhören
- Wertschätzendes Feedback geben
- Verlangsamungstechnik
- Umgang mit Emotionen (vor allem Wut und Angst)

Persönliches Projekt

Das Projekt dient der Entfaltung der Individuation und Liebe durch Innenwendung – Wahl – Handlung. Ein persönliches selbstgewähltes Projekt wird im Laufe des Ausbildungsjahres unterstützt und umgesetzt. Der Focus liegt auf dem Umsetzen der inneren Werte: Freudebewusstsein, Ermächtigung, Wahl und Selbstständigkeit. Diese Werte geben andere Gefühle. Der Wachstumsprozess geht

vom sollen zum dürfen
vom müssen zum erlauben
von Zwang und Druck zu Entfaltung und innerer Übereinstimmung

In diesem Prozess geht es darum die HerzSelbstIntelligenz in Handlung zu übersetzen. Exemplarisch kann erfahren werden, wie mein Potential direkter und freier in meine Handlungen fließen kann. Auf diese Weise können meine Handlungen mich erfüllen und erfreuen, ohne mich zu erschöpfen. Der persönliche Wachstumsprozess wird reflektiert und schriftlich dokumentiert. Die Supervision für das Projekt findet an sieben zweistündigen Zoom-Treffen statt.

HerzselbstIntelligenz im Körper entfalten - Körperenergiearbeit

Vom Herzen ausgehend wird die Entfaltung der HerzSelbstIntelligenz in den Drüsen und den Körperzellen energetisch unterstützt und angeregt. Das Potential des Körpers darf wieder erkannt werden und fließen. Dies beinhaltet auch die Zuwendung zum Gehirn, seinen Drüsen und „Organen“, damit Gehirn und Herz mehr in Einklang kommen können, und das Gehirn auch in Liebe gehalten sein darf.

Zeitstruktur (Zuordnung von Inhalten und Zeiten unter Vorbehalt)

Freitags von 15.30 Uhr - 18.30 Uhr und samstags von 10.00 Uhr bis 17.30 Uhr
siebenmal Supervision mittwochs von 17.00 Uhr bis 19.00 Uhr

09. + 10.02.2024 Ermächtigung und Manipulation - 21.02.2024 Supervision Projekt
08. + 09.03.2024 Selbstständigkeit - Sucht und Co-Abhängigkeit - 20.03.2024 Supervision Projekt
03. + 04.05.2024 HerzSelbstIntelligenz in meinen Zellen - 15.05.2024 Supervision Projekt
07. + 08.06.2024 Herz und Gehirn 1 - Techniken - 19.06.2024 Supervision Projekt
05. + 06.07.2024 Herz und Gehirn 2 - Traumatherorie - Umgang mit Angst und Wut - 24.07.2024 S.P.
09. + 10.08.2024 Umgang mit Angst und Wut - Mein eingebettet Sein im Ganzen - 21.08.2024 S.P.
02. - 05.10.2024 Wertschätzende Kommunikation - 16.10.2024 Supervision Projekt
01. + 02.11.2024 Abschluss

Kosten: 2.160,00€ nach Vereinbarung kann der Betrag auch in Raten per Dauerauftrag bezahlt werden, Ermäßigung ist auf Anfrage möglich. Mit der Anmeldung fallen die Kosten an, auch wenn an einem Seminar nicht teilgenommen werden kann. In diesem Fall besteht die Möglichkeit das Seminar in einem folgenden Ausbildungsjahr nachzuholen.